



Che cos'è il *Food Stamp Program* (Programma di buoni alimentari)?

Il *Food Stamp Program* aiuta le persone senza reddito o con un reddito basso ad acquistare alimenti aventi valore nutritivo. I buoni alimentari non sono contanti. Si tratta di una carta elettronica utilizzabile come una carta di credito per acquistare viveri. La maggioranza dei negozi di generi alimentari accettano i buoni alimentari.

Ho diritto ai buoni alimentari?

L'idoneità a ricevere buoni alimentari si basa sul proprio reddito e risorse, come i risparmi. Alcune cose, come la propria casa, non contano come risorse. In alcuni stati, almeno un'automobile non conta come risorsa. Vi sono norme speciali per gli anziani e i disabili. Se si è idonei, l'ammontare di buoni alimentari percepiti dipende dal numero di persone appartenenti al proprio nucleo familiare. Per ulteriori informazioni, rivolgersi all'ufficio buoni alimentari di zona.

Un modo per verificare la propria idoneità a ricevere buoni alimentari è visitare il sito www.foodstamps-step1.usda.gov. Rispondendo alle domande è possibile determinare la propria idoneità e l'ammontare percepibile. Tuttavia, per determinarli con certezza, è necessario fare domanda.

Come posso fare domanda per i buoni alimentari?

Se si desidera fare domanda, è necessario procedere come segue:

- Chiamare o recarsi presso l'ufficio buoni alimentari di zona per un modulo di richiesta oppure ottenere un modulo per il proprio stato sul sito www.fns.usda.gov/fsp.
- Compilare quante più parti possibili del modulo di richiesta. Fornire il proprio nome e indirizzo e firmarlo.
- Restituire il modulo di richiesta all'ufficio di zona online o per posta, via fax o consegnandolo di persona.
- Partecipare ad un colloquio. Può essere svolto telefonicamente oppure è possibile mandare un amico o un parente al proprio posto.
- Presentare all'ufficio di zona documenti quali i cedolini dello stipendio, i pagamenti dell'affitto o dell'ipoteca, le bollette delle utenze, i conti per l'assistenza ad un figlio o ad un anziano e le ordinanze per il mantenimento dei figli. L'ufficio di zona può precisare quali documenti e altre informazioni sia necessario presentare.

Una volta esaminata la richiesta, l'incaricato dell'ufficio di zona confermerà se si è idonei e l'ammontare che sarà percepito.

Come posso trovare il mio ufficio di zona?

Per assistenza nel trovare il proprio ufficio buoni alimentari di zona, chiamare il numero 1-800-221-5689 o visitare il sito <http://www.fns.usda.gov/fsp>.

Ho bisogno di un *Social Security Number* (Numero di previdenza sociale)?

Sì, è necessario ottenere un *Social Security Number* se si desiderano i buoni alimentari. Non è necessario che tutti i componenti del proprio nucleo familiare aderiscano al programma. I componenti che non desiderano i buoni alimentari non devono fornire un *Social Security Number*. Tuttavia, essi devono comunque fornire le loro informazioni finanziarie.

Posso ottenere buoni alimentari se non lavoro?

Sì, ma se si è in grado di lavorare, è necessario cercare lavoro, accettare un lavoro, o partecipare a un corso di formazione.



I non-cittadini legali hanno diritto ai buoni alimentari?

Forse. Rivolgersi all'incaricato dei buoni alimentari di zona. Anche se non si ha diritto ai buoni, i componenti del proprio nucleo familiare nati in questo Paese ne hanno diritto. Ricevere i buoni alimentari non avrà effetti negativi se si desidera ottenere la cittadinanza.

Dove posso ottenere ulteriori informazioni?

Chiamando il proprio ufficio buoni alimentari di zona.

Chiamando il numero 1-800-221-5689.

Visitando il sito www.fns.usda.gov/fsp.

Come può mangiare meglio la mia famiglia?

Si desidera il meglio per la propria famiglia. Si desidera che tutti rimangano in salute e che i propri figli crescano ed apprendano. Utilizzare i buoni alimentari per acquistare alimenti salutaris per la propria famiglia può contribuire a realizzare tutto questo.



Seguire questi consigli per aiutare la propria famiglia a mangiare meglio e a rimanere in salute:

- Variare la verdura...verde scuro, arancione, piselli e fagioli.
- Concentrarsi sulla frutta. Scegliere frutta fresca, surgelata, in scatola o secca.
- Mangiare almeno 3 onces di cereali, pane, cracker, riso o pasta integrali tutti i giorni.
- Scegliere carni magre e prodotti caseari a basso contenuto di grassi.
- Fare dell'attività fisica una parte abituale della propria giornata.

Per ulteriori informazioni relative ad un'alimentazione sana, visitare il sito www.mypyramid.gov.

I buoni alimentari rendono più forte l'America.

USDA Dipartimento dell'Agricoltura degli Stati Uniti
Servizio per l'Alimentazione e la Nutrizione
FNS-313
Aggiornato nel marzo 2006

Il Dipartimento dell'Agricoltura degli Stati Uniti (USDA) vieta, in tutti i suoi programmi ed attività, qualsiasi discriminazione basata su razza, colore, nazionalità, genere, religione, età, disabilità, credo politico, orientamento sessuale e stato coniugale o familiare.

I buoni alimentari rendono più forte l'America.

